ar-Risalah

TERBITAN SURAU VSK UNTUK PENGHUNI PANGSAPURI VSK 12 NOV 2010 / 5 ZULHIJJAH 1431 H

INFO SURAU

Blog
surau-vsk.blogspot.com

Akaun Bank Muamalat
0702 00033 127 15

E-mel
surauvsk@yahoo.com

LAMAN SESAWANG

jaipp.penang.gov.my
www.iluvislam.com
www.danialzainalabidin.com
www.zaharuddin.net
www.quranexplorer.com
www.ustazmalek.com
www.haluan.org.my
www.rakancop.net
www.bomba.gov.my
www.999.gov.my

HADITH

"Janganlah kamu saling membenci, berdengki-dengkian, saling berpalingan, dan jadilah kamu sebagai hamba-hamba Allah yang bersaudara. Juga tidak dibolehkan seorang muslim meninggalkan (tidak bertegur sapa) terhadap sudaranya lebih dari tiga hari." (HR. Muslim).

Air Kosong Penawar Pelbagai Penyakit

sumber rujukan : www.iluvislam.com

Kajian para saintis mendapati amalan minum air sebaik bangun dari tidur setiap pagi mempunyai banyak manfaat.

Japanese Medical Society misalnya berjaya membuktikan dalam kes-kes tertentu, amalan ini mampu memulihkan penyakit termasuk yang serius.

Diantara penyakit yang termasuk dalam penyelidikan persatuan perubatan di negara matahari terbit itu ialah sakit kepala, sakit-sakit badan, sistem jantung, artritis, degupan jantung yang pantas, epilepsi, lemak berlebihan, bronkitis, tibi, meningitis, buah pinggang dan jangkitan pada air kencing.

Bagaimanapun amalan minum air kosong sebaik jaga dari tidur ini perlu mengikut beberapa peraturan untuk memastikan keberkesanannya.

- Minum empat gelas air (160 ml) sebaik jaga dari tidur setiap pagi dan sebelum memberus gigi.
- Berus gigi dan bersihkan mulut tetapi jangan makan atau minum apa-apa untuk 45 minit.
- Selepas 45 minit anda boleh makan dan minum seperti biasa.
- Selepas 15 minit mengambil sarapan, makan tengahari dan makan malam jangan makan atau minum untuk tempoh dua jam.
- Bagi pesakit yang lanjut usia dan tidak larat minum empat gelas air sekali gus diperingkat permulaan, mereka boleh memulakan kaedah rawatan ini dengan meminum air secara berperingkat sehingga mampu mencapai empat gelas sehari.

Kaedah rawatan dipercayai mampu merawat pelbagai penyakit dalam tempoh tertentu:

1. Tekanan darah tinggi - 30 hari
2. Gastrik - 10 hari
3. Diabetes - 30 hari
4. Sembelit - 10 hari
5. Kanser - 180 hari
6. Tibi - 90 hari.

Pesakit artritis hanya perlu mengikuti rawatan tersebut untuk tiga hari. Rawatan ini tidak mempunyai sebarang kesan sampingan kecuali diperingkat awal pesakit mungkin kerap buang air kecil.

Jangan Ada Benci

sumber rujukan : www.iluvislam.com

Ramai juga orang yang gagal dalam pergaulan kerana menyimpan perasaan BENCI dalam hati mereka. Tuhan itu maha adil. Perasaan benci dalam diri kita akan menyebabkan ramai orang mudah benci terhadap kita. Misalnya, orang yang membenci ibu bapanya mungkin akan dibenci oleh rakan-rakannya. Orang yang membenci jirannya atau bekas kekasihnya mungkin akan dapat kebencian daripada rakan sekerjanya atau malahan ketua jabatannya.

6) Sentiasa ceria apabila berjumpa dengan orang lain. Pastikan setiap orang seronok berinteraksi dengan kita.

7) Pamerkan perasaan sayang dan sentiasa sayang-menyayangi antara satu dengan yang lain. Bentuk dan pamerkan sahsiah yang positif setiap masa. Peribadi yang kurang sopan akan menyebabkan orang lain rasa mual terhadap kita.

"Terlebih dahulu baiki diri untuk menarik perhatian orang lain terhadap diri kita, kita perlu terlebih dahulu menyayangi dan memperbaiki diri kita."

Justeru hapuskanlah segala perasaan benci daripada hati kita agar kita mudah menjalin hubungan dengan orang lain.

Kaedah Mengikis Benci

Cara yang terbaik untuk mengikis benci ialah dengan memaafkan semua orang sebelum tidur malam. Jika setiap malam sebelum tidur kita sentiasa mencuci muka, memberus gigi, membersihkan diri dan mengibas tempat tidur, tidak bolehkah kita mencuci hati kita dengan memaafkan semua orang sebelum tidur? Pengalaman secara peribadi penulis menunjukkan bahawa dengan memaafkan semua orang sebelum tidur, kita akan dapat membersihkan hati serta menenangkan fikiran dan mudah menjalin hubungan baik dengan orang lain.

Faktor-faktor Yang Boleh Merangsang Kehebatan Dalam Pergaulan

Antara faktor yang menyebabkan kita mudah berinteraksi dengan orang lain dan orang lain mudah tertarik kepada kita ialah:

1) Jaga solat dan lakukan ibadah-ibadah khusus dan umum yang lain.

2) Sentiasa bersangka baik terhadap semua orang (walaupun kita perlu berwaspada setiap masa).

3) Sentiasa memberikan senyuman ikhlas kepada orang di sekeliling kita.

4) Banyakkan bersedekah, samada dalam bentuk wang, senyuman, bantuan tenaga, masa, nasihat, idea, pandangan, sokongan moral dan doa yang berterusan.

5) Sentiasa memperbanyakkan sabar. Nabi s. a. w. pernah berpesan supaya mencari 144 sebab sebelum kita memarahi orang.

9) Amalkan sunnah-sunnah harian setiap masa dan insyaAllah orang lain akan tertarik kepada kita.

10) Jika wujud sebarang perasaan sombong atau benci terhadap orang lain, terus ingatkan diri kita tentang mati. Kita mudah insaf dan balik ke pangkal jalan apabila mengingati mati.

11) Sentiasa syukur dan redha atas pemberian Allah swt.

12) Sentiasa memberi salam dan ucap selamat kepada orang lain. Pemberian salam akan mengukuhkan hubungan sesama manusia.

13) Pamerkan simpati kepada setiap individu-individu yang memerlukan simpati dan perhatian.

14) Jadilah pendengar dan kawan yang setia.

15) Sampaikan berita baik tentang orang lain dan sembunyikan kelemahan atau keburukan orang lain.

16) Sentiasalah bermaaf-maafan sebelum berpisah dengan seseorang dan iringi perpisahan dengan doa.

Terlebih dahulu baiki diri untuk menarik perhatian orang lain terhadap diri kita, kita perlu terlebih dahulu menyayangi dan memperbaiki diri kita.

Episod akan datang : **Alat "Make-Up" Kaum Hawa**

